L’importanza del counseling adorientamento psicoanalitico nei pazienti croniciaa

Dott.sa Lucattini, sempre più spesso si sente parlare della necessità di counseling ad orientamento psicoanalitico per persone che devono affrontare importanti problemi di salute, non ultimi quelli relativi ad alcune malattie croniche. Può spiegare cosa si intende per counseling psicologico e quali sono i suoi benefici?

“Il counseling a orientamento psicoanalitico i pazientiaffetti da patologie croniche, ad affrontare la malattianel miglior modo possibile. Li mette in condizione dipoterci convivere al meglio. Inoltre,aumenta l’aderenza al trattamento e la collaborazione con imedici curanti. Imparare a conoscere lapropria malattia e prevedere le proprie risposte emotivenelle fasi acute, permette di non spaventarsi e a rispondere attivamente. Il supporto psicoanaliticomette in contatto profondo con se stessi, attiva la capacità di riflettere, abbassa i livelli d’ansia,migliora l’abilità a reagire bene. Aiuta ad affrontarela malattia con la maggiore serenità possibile edequilibrio interiore”.

In particolare, quando a Suo avviso, un paziente affetto da una malattia può avere necessità di ricorrere a questo tipo di counseling?

“In realtà, tutti i pazienti con patologie croniche netraggono giovamento, sia se la malattia è insorta nell’infanzia e nell’adolescenza, sia in età adulta enella terza età. Certamente, i bambini e gli adolescenti hanno forme di disagio emotivo epsicologico maggiormente espresso con ansia,iperattività, depressione e tratti fobico-ossessivi,poiché la malattia è sempre difficile da comprenderee accettare. Negli adulti, è importante il sostegnodurante il periodo di cura e nelle ricadute periodichesempre possibili, per non perdere la fiducia nellecure, sostenere l’umore, trovare la forza necessariaper portare avanti tutti gli aspetti della propria vita.Negli anziani riattiva la vitalità interna, aiutandoli ingenerale in un delicato periodo della propriaesistenza”.

In quali tipologie di pazienti, affetti da malattie croniche, il counseling ad orientamento psicoanalitico può essere davvero efficace?

“I bambini e gli adolescenti emicranici hanno un bisogno specifico, per la corretta gestione del dolore durante gli attacchi di mal di testa e per i disturbi correlati. Inoltre, per imparare a scegliere le attività adatte tenendo in considerazione anche la fonofobia (rumori che fanno da trigger) e per gestione dello stress che funge da innesco degli attacchi emicranici.

Anche i bambini e gli adolescenti con diabete giovanile o di tipo I per la gestione della malattia, dell’alimentazione e delle terapie farmacologiche. Ancora troppo sottovalutato il bisogno di fare una buona analisi dei bambini allergici, asmatici e celiaci.

Naturalmente, tutti i pazienti oncologici per cui però esistono già dei buoni centri di psico-oncologia ospedalieri e anche psicoanalisti formati nel sostegno psicologico a pazienti che abbiano avuto delle patologie oncologiche che possono essere guariti, in remissione sintomatologica e in trattamento ambulatoriale”.

Come si caratterizza l’attività di counseling rispetto alla psicoterapia?

“Il counseling può essere sia un intervento terapeutico inteso come consultazione prolungata, con un focus preciso e con un numero di incontri predeterminato. Alcune forme di counseling sono molto simili alla psicoterapia psicoanalitica breve, altre volte, invece, il counseling è il primo approccio che in seguito potrà portare il paziente a intraprendere una psicoterapia psicoanalitica o un’analisi.